



Rakuuna broileria

Aineet: Marinadi:
1/ dl öljyä
2 tl hunajaa tai siirappia
2 tl sinappijauhetta
1/2:n sitruunanmehu
rakuunaa
Paistamiseen:
voita ja rouhittua mustapippuria
Kastike:
2 dl vettä
1 kanaliemikuutio
1 dl kermaa
rakuunaa

Valmistus: Vatkaa marinadiainekset keskenään. Kääntelee rintafileealat marinadissa, peittelee astia ja pane se kylmään noin vuorokaudeksi.

Sulata pannulla voita. Kun se kuohahtaa, ripottelee siihen mustapippuria. Paista fileet nopeasti kauniin ruskeiksi. Lisää kanaliemi ja kääntelee fileitä ahkerasti kunnes neste on alkanut hieman haihtua.

Kaada kerma pannulle, lisää rakuuna ja kääntelee fileitä pari kertaa kastikkeessa. Ruuan kypsentyminen kestää kymmenisen minuuttia.

Tarjoa riisiin sekä rakuunalla ja voisulalla maustettujen porkkanasuikaleiden kanssa.